క్లుప్తంగా

సీపీఐ శత వార్షికోత్సవ పోస్టర్ ఆవిష్కరణ



లక్ష్మీపురం: స్థానిక కొత్తపేటలోని సీపీఐ కార్యాలయంలో బుధవారం శత వార్షికోత్సవ పోస్టర్‌ను ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా పార్టీ జిల్లా కార్యదర్శి జంగాల అజయ్‌కుమార్ మాట్లాడుతూ పార్టీ ఈనెల 26 నాటికి 100వ సంవత్సరంలోకి అడుగుపెడుతుందని తెలిపారు. దేశ స్వాతంత్ర్య ఉద్యమంలో కీలక పాత్ర పోషించిందని చెప్పారు. ఎన్నో సమరశీల పోరాటాలకు ముందుండి నడిపిన చరిత్ర సీపీఐకే దక్కుతుందని వివరించారు. పార్టీ శత వార్షికోత్సవాలను 2025 సంవత్సరమంతటా వాడవాడలా నిర్వహించనున్నట్లు వెల్లడించారు. సీపీఐ నగర కార్యదర్శి కోట మాల్యాద్రి తదితరులు ప్రసంగించారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా కార్యవర్గ సభ్యులు మేడా హనుమంతరావు, గని, నాయకులు శ్రీనివాసరావు, పి. జగన్నాథం, అరుణ్ కుమార్ పాల్గొన్నారు.

ఇద్దరు రైల్వే ఉద్యోగులకు జాతీయ అవార్డులు



అనూష



ఆదినారాయణ

లక్ష్మీపురం: సౌత్ సెంట్రల్ రైల్వే గుంటూరు రైల్వే డివిజన్ పరిధిలోని ఇద్దరు ఉద్యోగులు జాతీయ అవార్డులు అందుకున్నారు. న్యూఢిల్లీలో ఈనెల 21న జరిగిన 69వ వారోత్సవాల కార్యక్రమంలో అతి విశిష్ట రైలు సేవా పురస్కారాలను సీనియర్ డివిజనల్ ఇంజినీర్ కో ఆర్డినేషన్ జవ్వాది వెంకట అనూష, డివిజన్ సీనియర్ సెక్షన్ ఇంజినీర్ పి.ఆదినారాయణలు కేంద్ర రైల్వే శాఖ మంత్రి అశ్విని వైష్ణవ్ చేతుల మీదుగా అందుకున్నట్లు డీఆర్ఎం రామకృష్ణ తెలిపారు. విధుల్లో శ్రద్ధతో పాటు డివిజన్ అభివృద్ధికి కృషి చేసినందుకు గాను గుర్తించి అవార్డులను అందుకున్నారని ఆయన వివరించారు. డివిజన్ అభివృద్ధికి కృషి చేసే ప్రతి ఒక్కరికీ రైల్వే శాఖ గుర్తింపు తప్పకుండా ఉంటుందని తెలిపారు. అనంతరం అతి విశిష్ట రైల్వే పురస్కారాలు అందుకున్న ఇద్దరిని ఆయన అభినందించారు.

చర్చికి క్రిస్మస్ కేక్ అందించిన భారతి సిమెంట్



నగరంపాలెం: క్రిస్మస్ పండుగను పురస్కరించుకుని భారతి సిమెంట్ గుంటూరు బ్రాంచ్ ఆధ్వర్యంలో బుధవారం గుంటూరు వసంతరాయపురం చర్చికి క్రిస్మస్ కేక్‌ను పంపిణీ చేశారు. చర్చి ఫాదర్ రమేష్, వినోద్ ప్రత్యేక ప్రార్థనలు చేశారు. కార్యక్రమంలో భారతి సిమెంట్స్ అసిస్టెంట్ మేనేజర్ పి.సురేష్, సీనియర్ టెక్నికల్ అధికారి ఎస్.భవానీశంకర్, జిల్లా డీలర్ బి.ఎల్.వి.శివారెడ్డి (లక్ష్మీ ఏజెన్సీ) పాల్గొన్నారు.

నిరుద్యోగ యువతకు ఉచిత శిక్షణ

గుంటూరు ఎడ్యుకేషన్: ఎన్టీఆర్ జిల్లా నందిగామలోని కీట్స్ ట్రస్ట్ ఆధ్వర్యంలో నిరుద్యోగ యువతకు డేటా ఎనలిటిక్స్ కోర్సుల్లో ఉచిత శిక్షణతో పాటు నూరు శాతం ఉద్యోగావకాశాలు కల్పిస్తున్నట్లు ట్రస్టు ప్రతినిధి హరిప్రసాద్ బుధవారం ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు. డిగ్రీ, బీటెక్, బీఈ కోర్సుల్లో ఉత్తీర్ణులై 20 నుంచి 28 ఏళ్ల లోపు వయసు గల అభ్యర్థులకు నందిగామలోని కీట్స్ క్యాంపస్‌లో 90 రోజుల పాటు ఉచిత భోజన, వసతితో కూడిన శిక్షణ కల్పిస్తామని పేర్కొన్నారు. బీఏతోపాటు, బీటెక్‌లో సివిల్, మెకానికల్ అభ్యర్థులు అర్హులు కాదని తెలిపారు. నిరుద్యోగ యువతీ, యువకులు శిక్షణను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ఆయన సూచించారు. శిక్షణానంతరం సర్టిఫికెట్‌తో నూరు శాతం ఉద్యోగాలను చూపిస్తామని తెలిపారు. ఈనెల 27 నుంచి ప్రారంభం కానున్న శిక్షణా కార్యక్రమానికి ఆసక్తి గల అభ్యర్థులు 90004 87423 (హరిప్రసాద్), 98498 88266 (శ్రీనివాస్) నంబర్లలో పేర్లు నమోదు చేసుకోవాలని ఆయన సూచించారు.

వ్యక్తి అదృశ్యంపై కేసు నమోదు



వెంకటరెడ్డి

లక్ష్మీపురం: వ్యక్తి అదృశ్యంపై అరండల్‌పేట పోలీసులు బుధవారం కేసు నమోదు చేశారు. శ్రీనగర్ 7/4వ లైన్ ప్రాంతానికి చెందిన దుండి వెంకటరెడ్డి ముఠా పనులకు వెళుతూ జీవనం సాగిస్తుంటాడు. రోజు అర్ధరాత్రి 12 గంటలకు తిరిగి ఇంటికి చేరుకుంటాడు. అయితే, ఈనెల 21న మధ్యాహ్నం పనికి వెళ్లిన వెంకటరెడ్డి తిరిగి ఇంటికి చేరుకోలేదు. మరుసటి రోజు కూడా రాక పోవడంతో భార్య వెంకటేశ్వరమ్మ చుట్టు పక్కల వారిని, బంధు మిత్రుల వద్ద విచారించినా ఆచూకీ తెలియలేదు. దీంతో అరండల్‌పేట పోలీసులను ఆశ్రయించింది. కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు. ఆచూకీ తెలిసిన వారు అరండల్‌పేట పోలీస్ స్టేషన్ 0863-2231955 నంబర్‌కు సమాచారం తెలియజేయాలని కోరారు.



డాన్‌బాస్కో చర్చిలో ప్రార్థనలు చేస్తున్న బిషప్స్





డాన్‌బాస్కో చర్చిలో ..



తెలుగు బాప్టిస్ట్ చర్చిలో ప్రార్థనలు

క్రీస్తు జననం.. లోకానికి పర్వదినం

- నగరమంతటా క్రిస్మస్ సందడి
- చర్చిల్లో భక్తిశ్రద్ధలతో ప్రార్థనలు

నగరంపాలెం: గుంటూరు నగరంలో బుధవారం క్రిస్మస్ సందడి నెలకొంది. చర్చిల్లో, ప్రార్థన మందిరాల్లో వేడుకలు ఘనంగా జరిగాయి. పలు ప్రధాన కూడళ్ల వద్ద భారీ నక్షత్రాలు మెరిశాయి. మంగళవారం అర్ధరాత్రి నుంచి చర్చిల్లో ఏసుక్రీస్తును స్మరించుకుంటూ, ప్రత్యేక ఆరాధనలు, ప్రార్థనలు నిర్వహించారు. లోక రక్షకుడిని అందరూ అనుసరించాలని పాస్టర్లు ఉద్బోధించారు. చంద్రమౌళీనగర్‌లోని డాన్‌బోస్కో, బ్రాడీపేటలోని నార్త్ ప్యారీస్, ఎంటీబీ కూడలిలోని వెస్ట్ ప్యారీస్, ఏసీ కళాశాల ఎదురు, నగరంపాలెంలోని పునీత అంటోని చర్చి, తెలుగు బాప్టిస్ట్, పాత బస్టాండ్ సమీపంలోని ఈస్ట్ ప్యారీస్ చర్చిలను విద్యుత్తు దీపాలతో అలకరించారు. బొంగరాలబీడు, వసంతరాయపురం, ఆనందపేట, కోబాల్డ్‌పేట, స్వర్ణభారతీనగర్, మంగళదాస్‌నగర్, వెంకటాద్రిపేట, సంజీవయ్యనగర్‌తో పాటు తదితర ఏరియాల్లో క్రిస్మస్ వేడుకలు వైభవంగా నిర్వహించారు. క్రిస్మస్ ట్రీలను ఏర్పాటుచేశారు.

కుగ్లర్ ఆసుపత్రి ఆవరణలో వేడుకలు

స్థానిక కొత్తపేట కుగ్లర్ ఆసుపత్రి ఆవరణలోని ట్రినిటీ గురుమండలంలో క్రిస్మస్ పండుగ ఆరాధనను నిర్వహించారు. వందలాది మంది విశ్వాసులు చర్చిలో కొవ్వొత్తులు వెలగించారు. రెవ.ప్రొఫెసర్ ఎజ్రా వాక్యం చెప్పారు. పరిశుద్ధునిగా, నీతిమంతుడైన ఏసుక్రీస్తుని ఆరాధించాలని ఆయన సూచించారు. సంఘ కాపరులు రెవ.జె.దైవాశీర్వాదం, రెవ.పి.రమేష్ ప్రత్యేక ప్రార్థనలు చేశారు. మాజీ ఎమ్మెల్యే మస్తాన్‌వలి క్రిస్మస్ కేక్ కట్ చేశారు. ట్రినిటీ ప్యారిష్ చైర్మన్ బి.గ్రేస్ భీమరాజు, కోశాధికారి బ్రదర్ బత్తుల లెనిన్ పాల్గొన్నారు.



ప్రత్యేక ప్రార్థనలో పాల్గొని ఆశీర్వాదం పొందుతున్న ఎమ్మెల్సీ లేళ్ల అప్పిరెడ్డి, మేయర్ కావటి తదితరులు

ఎమ్మెల్సీ అప్పిరెడ్డి, మేయర్ కావటి ప్రార్థనలు

పట్నంబజారు: శాసనమండలి సభ్యులు, వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శి లేళ్ల అప్పిరెడ్డి, నగర మేయర్ కావటి మనోహర్‌నాయుడు క్రిస్మస్ పర్వదినం పురస్కరించుకుని ప్రత్యేక ప్రార్థనల్లో పాల్గొన్నారు. నల్లచెరువులోని వర్కర్స్ కాలనీలో ఉన్న మరనాత పెంతికొస్తు చర్చి పాస్టర్ బాలశౌరి ఆహ్వానం మేరకు ఆయన నివాసానికి వెళ్లి ప్రత్యేక ప్రార్థనల్లో పాల్గొన్నారు. అనంతరం విందు కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమంలో వైఎస్సార్ సీపీ జిల్లా మాజీ అధ్యక్షుడు మందపాటి శేషగిరిరావు, నవ్యాంధ్ర ఎమ్మార్పీఎస్ అధ్యక్షుడు పరిశపోగు శ్రీనివాసరావు, మార్కెట్ యార్డు మాజీ డైరెక్టర్ ఖాజామొహిద్దీన్ పాల్గొన్నారు.

క్రీస్తు బోధనలు అనుసరణీయం

పట్నంబజారు: వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ తూర్పు నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త షేక్ నూరిఫాతిమా బుధవారం పలు చర్చిల్లో క్రిస్మస్ ప్రార్థనలు నిర్వహించారు. క్రైస్తవులకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. నియోజకవర్గ పరిధిలోని 57వ డివిజన్ గడ్డిపాడులోని లూథరన్ చర్చి, 12వ డివిజన్ వైఎస్సార్ సీపీ నాయకులు నందేటి రాజేష్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ప్రత్యేక ప్రార్థనల్లో ఆమె పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ ఏసుక్రీస్తు బోధనలు అనుసరణీయమని, ఆయన జీవనం అందరికీ ఆదర్శమని తెలిపారు. పేదలపై కరుణ, దయ, ప్రేమ, క్షమ, సహనం, త్యాగం కలిగి ఉండాలన్నారు. ఇదే ఏసుక్రీస్తు తన జీవితం ద్వారా మానవాళికి అందించిన మహోన్నత సందేశమని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో వైఎస్సార్ సీపీ నేతలు సురేంద్ర, సలీం, రాజు, నరేంద్ర, శ్యామ్, కిరణ్, రాజారావు, నందేటి ప్రియతమ్, పాల్గొన్నారు.



పాస్టర్ నుంచి ఆశీర్వచనం పొందుతున్న నూరిఫాతిమా



కుగ్లర్ ఆసుపత్రి ఆవరణలోని చర్చిలో ప్రార్థనలు



లూథరన్ చర్చిలో కొవ్వొత్తులు వెలిగిస్తున్న క్రైస్తవ విశ్వాసకులు





కుగ్లర్ ఆసుపత్రి ఆవరణలోని చర్చిలో గీతాలాపన , ప్రార్థనలు



నార్త్ ప్యారీస్ చర్చిలో గీతాలాపన

వాజ్‌పేయి విగ్రహావిష్కరణ

గుంటూరు మెడికల్: మాజీ ప్రధాని, భారతరత్న అటల్ బిహారీ వాజ్‌పేయి శత జయంతి సందర్భంగా గుంటూరు నాజ్ సెంటర్‌లో ఆయన విగ్రహాన్ని మాజీ మంత్రి, బీజేపీ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు డాక్టర్ శనక్కాయల అరుణ, తూర్పునియోజకవర్గ కన్వీనర్ డాక్టర్ శనక్కాయల ఉమాశంకర్ ఆధ్వర్యంలో విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా ఎమ్మెల్యేలు మొహమ్మద్ నసీర్ అహ్మద్, గల్లా మాధవి, జనసేన అధ్యక్షుడు గాదే వెంకటేశ్వరరావు, బీజేపీ జిల్లా ఇన్‌చార్జి తమనంపూడి రామకృష్ణారెడ్డి హాజరై విగ్రహాన్ని ఆవిష్కరించారు. ఎమ్మెల్యే మొహమ్మద్ నసీర్ అహ్మద్ మాట్లాడుతూ భారతదేశాన్ని అభివృద్ధి దిశగా నడిపించిన ఘనత వాజ్‌పేయికే దక్కుతోందని తెలిపారు. ఎమ్మెల్యే గల్లా మాధవి మాట్లాడుతూ భారతదేశ రాజకీయాల్లో వాజ్‌పేయి అద్భుతమైన నాయకుడని కొనియాడారు. కార్యక్రమంలో బీజేపీ జిల్లా ఇన్‌చార్జ్ తమనంపూడి రామకృష్ణారెడ్డి, పలువురు నాయకులు పాల్గొన్నారు.

దేశ ప్రగతి కోసం నిరంతరం తపించిన వాజ్‌పేయి

వాజ్‌పేయి శత జయంతి వేడుకలను బీజేపీ నేతలు బుధవారం ఘనంగా నిర్వహించారు. జిల్లా పార్టీ కార్యాలయంలో ఆయన చిత్రపటానికి పూల మాలలువేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. కార్యక్రమంలో బీజేపీ సీనియర్ నాయకులు నేరెళ్ల మాధవరావు, జాతీయ కౌన్సిల్ సభ్యులు, సీనియర్ నాయకుడు జూపూడి రంగరాజు, రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి వల్లూరు జయప్రకాష్ నారాయణ, సీనియర్ నాయకులు వనమా పూర్ణచంద్రరావు ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొన్నారు. జూపూడి రంగరాజు మాట్లాడుతూ రాజకీయాలకు విలువలు అద్దిన రాజనీతిజ్ఞుడిగా పేర్కొన్నారు. బీజేపీ రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి వల్లూరు జయప్రకాష్ నారాయణ మాట్లాడుతూ దేశప్రగతి కోసం నిరంతరం తపించిన వ్యక్తి వాజ్‌పేయి అన్నారు. కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు శనక్కాయల అరుణ, ఈదర శ్రీనివాసరెడ్డి, దారా సాంబయ్య, జిల్లా సంయోజక్ భీమినేని చంద్రశేఖర్, రాష్ట్ర పబ్లిసిటీ - లిటరేచర్ సెల్ కన్వీనర్ పాలపాటి రవికుమార్, ప్రధాన కార్యదర్శులు చరక కుమార్ గౌడ్, చెరుకూరి తిరుపతి రావు, వైపీ సుబ్బారావు పాల్గొన్నారు.



కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యేలు నసీర్ అహ్మద్, గల్లా మాధవి

నేడు గ్రాండ్ కల్చరల్ నైట్

గుంటూరు మెడికల్: హోప్‌విన్ హాస్పిటల్, సలాం నమస్తే గుంటూరు సొసైటీ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో గురువారం మెగా గ్రాండ్ కల్చరల్ నైట్, ఎస్ఎన్‌వీఎస్ ప్రారంభోత్సవ వేడుకలు నిర్వహిస్తున్నట్లు సీనియర్ గైనకాలజిస్ట్, గుంటూరు సొసైటీ ఫౌండర్ డాక్టర్ షమ సుల్తానా బుధవారం తెలిపారు. గుంటూరు వెంకటేశ్వర విజ్ఞాన మందిరంలో సాయంత్రం 6 నుంచి రాత్రి 10 గంటల వరకు కల్చరల్ ఈవెంట్ జరుగుతుందన్నారు. పలువురు రాజకీయ నాయకులు, సినీ ప్రముఖులు పాల్గొని గుంటూరు ఘాట్ టాలెంట్ షో పోటీల్లో విజేతలకు బహుమతులు అందజేస్తారని పేర్కొన్నారు. సలాం నమస్తే గుంటూరు సొసైటీ ఆధ్వర్యంలో గత రెండు వారాలుగా గుంటూరు నగరంలో పాటలు, డ్యాన్స్ పోటీలు, స్టాండప్ కామెడీ, మ్యాజిక్ షో, మ్యూజికల్ ఇన్‌స్ట్రుమెంట్స్, ఫ్యాషన్ షో, పొయిట్రీ, మెహిందీ, ఫన్నీ ఆర్ మెసేజ్ ఓరియంటెడ్ స్కిట్ పోటీలు నిర్వహించామని తెలిపారు. ఈనెల 22న ఫైనల్స్ నిర్వహించి విజేతలను ఎంపిక చేశామని, వీరికి గురువారం అవార్డులు అందజేస్తామని చెప్పారు. నగరంలోని సంగీత ప్రియులు, క్రీడాభిమానులు, కళాకారులు గ్రాండ్ కల్చరల్ నైట్ కార్యక్రమానికి విచ్చేసి విజయవంతం చేయాలని హోప్‌విన్ హాస్పటల్స్ ఫౌండర్, సీనియర్ ల్యాప్రోస్కోపిక్ సర్జన్ డాక్టర్ నజీరుద్దీన్ కోరారు.



పోస్టర్లు ఆవిష్కరిస్తున్న డాక్టర్ షమ సుల్తానా

రేపు విద్యుత్ చార్జీల పెంపుపై వైఎస్సార్ సీపీ నిరసన

పట్నంబజారు: పేదలపై పెను భారం మోపుతున్న కూటమి సర్కార్‌కు బుద్ధి వచ్చేలా ఈనెల 27న చేపట్టనున్న విద్యుత్ కార్యాలయాల వద్ద నిరసన కార్యక్రమాన్ని జయప్రదం చేయాలని వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి షేక్ మస్తాన్‌వలి బుధవారం ఒక ప్రకటనలో విజ్ఞప్తి చేశారు. కూటమి ప్రభుత్వం ఎన్నికల ముందు విద్యుత్ చార్జీలు పెంచబోమని, తగ్గిస్తామని తెలిపిందని గుర్తు చేశారు. అధికారంలోకి వచ్చి ప్రజల నడ్డి విరిచేలా చార్జీల మోత మోగిస్తుందని విమర్శించారు. ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన సూపర్ సిక్స్ హామీల్లో ఏ ఒక్కటైనా అమలు జరిపారా ? అని ప్రశ్నించారు. వైఎస్సార్ సీపీ ప్రజలపై భారాన్ని మోపిందని అసత్య ప్రచారాలు చేసి, అధికారంలోకి వచ్చిన కూటమి సర్కార్ ప్రజలను అన్నివిధాలుగా పీడించుకు తింటోందని విమర్శించారు. కూటమి ప్రభుత్వానికి బుద్ధి చెప్పేలా వై.ఎస్.జగనన్న పిలుపు మేరకు చేపట్టనున్న నిరసనతో పాటు అధికారులకు వినతి పత్రం ఇచ్చే కార్యక్రమాలను జయప్రదం చేయాలని ప్రజల్ని ఆయన కోరారు.

ద్విచక్ర వాహనం చోరీ

లక్ష్మీపురం: ద్విచక్ర వాహనం చోరీపై పట్టాభిపురం పోలీసులు బుధవారం రాత్రి కేసు నమోదు చేశారు. దేవాపురం 2వ లైన్ ప్రాంతానికి చెందిన ఉట్ల ఈశ్వర్ ప్రసాద్ ఫాస్ట్ ఫుడ్ సెంటర్‌లో పని చేస్తాడు. ఈ నెల 7న అతడి వాహనాన్ని అన్నయ్య తీసుకెళ్లాడు.పని ముగిసిన తర్వాత ఇంటి బయట పార్కింగ్ చేసి తాళం వేయడం మరిచిపోయాడు. మరుసటి రోజు ఉదయం లేచి చూసే సరికి వాహనం కనిపించలేదు. దీంతో చుట్టుపక్కల వెతికినా కనిపించక పోవడంతో బాధితుడు ఈశ్వర్ ప్రసాద్ బుధవారం రాత్రి పట్టాభిపురం పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశాడు. కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

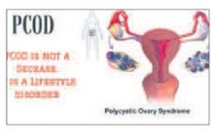
పెరుగుతున్న పీసీఓడీ బాధితులు

- ఆధునిక జీవనశైలి కారణం
- యువతుల్లోనూ సమస్యలు
- అప్రమత్తంగా ఉండాలంటున్న వైద్యులు

గుంటూరు మెడికల్: ఆధునిక జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్ల వల్ల నేడు యువతుల్లో ఎక్కువగా పీసీఓడీ (పాలిసిస్టిక్ ఓవరీ సిండ్రోమ్) సమస్యలు కనిపిస్తున్నాయి. గతంలో పది శాతం మందిలో మాత్రమే ఉండేవి. నేడు 40 శాతానికి పెరిగిపోవడంపై గైనకాలజిస్టులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. మహిళల్లో సంతానలేమికి కారణం అయ్యే సమస్యల్లో పీసీఓడీ నేడు ప్రధానంగా కనిపిస్తోంది. అండాశయాల్లో బుడగలు ఉండటాన్ని పాలిసిస్టిక్ ఓవరీ సిండ్రోమ్‌గా పిలుస్తారు. పీసీఓడీ వల్ల సంతాన సమస్యలు ఎక్కువ అవ్వడంపై వైద్యులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. కొద్దిపాటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవటం ద్వారా బారిన పడకుండా ఉండొచ్చని సూచిస్తున్నారు.

కారణాలు

అనారోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్లు, పోషకాహారలోపం, ధూమపానం, మద్యపానం, మానసిక ఒత్తిడి, ఆందోళన, జన్యుపరమైన తేడాలు, వ్యాయామం చేయకపోవడం, శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, ఊబకాయం, పాశ్చాత్య జీవన విధానం, రాత్రిళ్లు ఎక్కువ సమయం సెల్‌ఫోన్స్, టీవీలు చూస్తుండటం , సరిపడా నిద్రపోకపోవటం వల్ల హార్మోన్స్‌లో అసమానతలు ఈ వ్యాధికి కారణాలు అవుతున్నాయి. కొన్నిసార్లు తల్లికి ఉంటే వారి బిడ్డలకు సైతం వారసత్వంగా వచ్చే అవకాశం ఉంది.



పీసీఓడీ వ్యాధి పోస్టర్లు

లక్షణాలు

ఈ వ్యాధి సోకిన వారిలో నెలసరి సక్రమంగా రాదు. ఆలస్యంగా వస్తుంది. కొన్నిసార్లు అధికంగా రక్తం, కొన్ని సార్లు చాలా తక్కువగా వస్తుంది. అండం సరిగా విడుదల కాకపోవటం వల్ల రక్తం రావటం ప్రారంభమవుతుంది. అండం సక్రమంగా విడుదల అవ్వకపోవటంతో పిల్లలు పుట్టడానికి అడ్డంకులు ఏర్పడతాయి. బరువు పెరుగుతారు. శరీరంలోని వివిధ భాగాల్లో అనవసర వెంట్రుకలు పెరిగి ఇబ్బంది కలిగిస్తాయి. ఓవరీస్ సైజ్ పెరిగి వాటిల్లో నీటి బుడగలు ఏర్పడతాయి.



సమతుల ఆహార పోస్టర్లు

బాధితులు

జిల్లాలో 150 మంది గైనకాలజిస్టులు వైద్యసేవలను అందిస్తున్నారు. ఒక్కో వైద్యురాలి వద్దకు ప్రతినెలా 40 నుండి 60 మంది పీసీఓడి సమస్యలతో చికిత్స కోసం వస్తున్నారు. జనాభాల్లో పది శాతం మంది మహిళలు ఈ వ్యాధితో బాధపడుతున్నట్లు వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.

వ్యాయామం చేయాలి



జంక్‌ఫుడ్స్, ఫ్యాటీ ఫుడ్ ఎంత తగ్గించుకుంటే అంత మంచిది. మంచినీరు ఎక్కువగా తాగాలి. పండ్లు, కూరగాయలు తీసుకోవాలి. ప్రతిరోజూ తప్పనిసరిగా వ్యాయామం చేయాలి. వాకింగ్, రన్నింగ్, యోగా, ఏరోబిక్స్ చేయటం ఉత్తమం. ఆహారంలో ప్రోటీన్లు, విటమిన్లు అవసరమైన మేరకు ఉండేలా చూసుకోవాలి. హార్మోన్లు సమతుల్యం చేసుకోవటం ద్వారా వ్యాధిని నయం చేసుకోవచ్చు. ఆహారంలో విటమిన్ డీ అధికంగా ఉండేలా చూసుకోవాలి.

– డాక్టర్ షమ సుల్తానా, సీనియర్ గైనకాలజిస్ట్, గుంటూరు

ప్రాథమిక దశలో గుర్తించాలి



ఆధునిక జీవనశైలి వల్ల నేడు చాలా మంది యువత ముఖ్యంగా కాలేజీకు వెళ్ళే వారు ఈ వ్యాధి బారిన పడుతున్నారు. వ్యాధి లక్షణాలు గురించి తెలుసుకుని ప్రాథమిక దశలోనే వైద్యులను సంప్రదిస్తే త్వరగా నయం చేయవచ్చు. ప్రతి ఒక్కరు ఈ వ్యాధిపై అవగాహన కల్గి ఉండాలి. వైద్యరంగంలో వచ్చిన ఆధునిక వైద్య విధానాల వల్ల నేడు మందులతోనే వ్యాధిని నయం చేయవచ్చు. వ్యాధి లక్షణాలు కనిపించిన వారు కంగారు పడిపోయి మనోవేదనకు గురికాకుండా వైద్యులను త్వరగా సంప్రదిస్తే ఉత్తమ ఫలితాలు వస్తాయి.

–డాక్టర్ బూసిరెడ్డి దీప్తిరెడ్డి, స్త్రీ, ప్రసూతి, సంతాన సాఫల్య వైద్య నిపుణురాలు, గుంటూరు

పెనుగొండ 'దీపిక' తెలుగు సాహిత్యానికి కరదీపిక



పెనుగొండ లక్ష్మీనారాయణను సత్కరిస్తున్న అవగాహన సంస్థ సభ్యులు

లక్ష్మీపురం: పెనుగొండ లక్ష్మీనారాయణ రచించిన 'దీపిక' తెలుగు సాహిత్యానికి కరదీపిక అని అవగాహన సంస్థ కార్యదర్శి కొండా శివరామిరెడ్డి అన్నారు. అరండల్‌పేటలోని అవగాహన సంస్థ కార్యాలయంలో బుధవారం విద్యావేత్త ఆర్.రాము అధ్యక్షతన లక్ష్మీనారాయణ అభినందన సభ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కొండా శివరామిరెడ్డి మాట్లాడుతూ 50 ఏళ్లకు పైగా తాను నమ్మిన అరసంలో కొనసాగుతూ కార్యకర్తగా, నాయకుడిగా, రచయితగా పెనుగొండ విశేష కృషి చేస్తున్నారని తెలిపారు. ప్రముఖ సాహితీవేత్త డాక్టర్ భూసురపల్లి వెంకటేశ్వర్లు మాట్లాడుతూ పెనుగొండకు కేంద్ర సాహిత్య అకాడమీ పురస్కారం దక్కడం ఆయన ప్రతిభకు తగిన గుర్తింపుగా పేర్కొన్నారు. సీపీఐ రాష్ట్ర సహాయ కార్యదర్శి ముప్పాళ్ల నాగేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ పెనుగొండ అభ్యుదయ రచయితల సంఘం జాతీయ అధ్యక్షుడిగా ఎన్నిక కావటంతోనే ఏనాడో ఖ్యాతి వచ్చిందన్నారు. నేడు కేంద్ర సాహిత్య అకాడమీ అవార్డుతో ఆయన ఖ్యాతి మరింత పెరిగిందని తెలిపారు. సత్కార గ్రహీత పెనుగొండ లక్ష్మీనారాయణ మాట్లాడుతూ తెలుగు నాట సాంస్కృతిక పునరుజ్జీవనానికి అరసం, విరసం వంటి సంస్థలు చేసిన కృషి ఫలితంగా బలమైన అభ్యుదయ సాహిత్య పునాదులు పడ్డాయని, నేటి తరం వాటిని మరింత ముందుకు తీసుకెళ్లాలని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో సాహితీ సమాఖ్య కార్యదర్శి ఎస్.వి.ఎస్ లక్ష్మీనారాయణ, రైతు నాయకులు డాక్టర్ కొల్లా రాజమోహన్, రచయిత జొన్నలగడ్డ రామారావు, ఆలోకం పెద్దబ్బాయి పాల్గొన్నారు.

ఉపాధ్యాయులకు ఇచ్చిన హామీలను నెరవేర్చాలి

గుంటూరు ఎడ్యుకేషన్: ఉపాధ్యాయులకు ఇచ్చిన హామీలను నెరవేర్చని పక్షంలో కూటమి ప్రభుత్వం వారి ఆగ్రహానికి గురి కాకతప్పదని ఎస్టీయూ జిల్లా అధ్యక్ష, ప్రధాన కార్యదర్శులు డి.పెదబాబు, డీకే సుబ్బారెడ్డి బుధవారం ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు. 11వ వేతన సవరణ సంఘ గడువు ముగిసి 17 నెలలు కావస్తున్నప్పటికీ, నూతన పీఆర్సీ చైర్మన్‌ను నియమించకపోవడం సరికాదని పేర్కొన్నారు. తక్షణమే నియమించి, మధ్యంతర భృతి ప్రకటించాలని డిమాండ్ చేశారు. పదో తరగతి యాక్షన్ ప్లాన్ పేరుతో సెలవు రోజుల్లోనూ పని చేసేలా ఉపాధ్యాయులపై అనవసర ఒత్తిడి తగదని, వివిధ రకాల ఆన్‌లైన్ యాప్‌ల డేటా నమోదును పూర్తిగా తగ్గించాలని కోరారు. బోధనేతర పనులు అప్పగించవద్దని తెలిపారు.